10 SARAN
BAGI PELAKU KEKERASAN

10 SARAN

Bagi Pelaku Kekerasan

10 Saran
Bagi Pelaku Kekerasan

oleh ***wispy cockles***

Artikel ini muncul di zine *Deal With It* dan pernah dimuat di majalah *Clamor* sebelumnya dengan judul "Mengambil Langkah Pertama: Saran-saran Bagi Pelaku Kekerasan". Artikel asli dapat ditemukan di: http://fruitiondesign.com/dealwithit/02wispy.php.

1. Jujur, Tetaplah Jujur, Selalu Jujur

Jika kamu tahu kamu telah menyakiti penyintas, akuilah perbuatanmu. Jika menurutmu ada kemungkinan kamu menyakiti seseorang, tanyakan. Jika kamu punya firasat bahwa mungkin saja caramu berinteraksi dengan seseorang telah melanggar batasan dan merendahkan martabat mereka, tanyakan. Langkah pertama mengatasi tendensi kekerasan kita adalah menyingkirkan penyangkalan *(denial)*. Penyangkalan itu seperti infeksi. Dia dimulai dari beberapa tempat kecil (situasi dan hal-hal spesifik; terus-terusan merusak bagian dari situasi tersebut), dan jika tidak ditangani akan bernanah, dan akhirnya memakan kita sampai habis. Ketika kita mampu menyuarakan kesadaran bahwa ada yang tidak beres dengan perilaku kita sendiri, kita melangkah lebih dekat pada penanganan yang jujur dan penuh arti.

2. Hormati Otonomi Penyintas

Otonomi penyintas artinya HANYA penyintas sendiri lah yang menentukan keputusan bagaimana perilaku kekerasan dipertanggungjawabkan. Ini berarti dia yang membuat keputusan, dan kamu menjalaninya. Kamu tidak boleh menentukan bagaimana atau akankah sebuah mediasi/konfrontasi dilakukan, atau mengambil tindakan ke arah resolusi/penyelesaian masalah. Kamu harus menghormati otonomi mereka dengan jelas dan eksplisit dalam situasi ini, dan kamu akan bersedia menjalani sebuah resolusi. Mereka mungkin memilih tidak ingin berada di ruang yang sama lagi denganmu dan tidak ingin berbicara lagi denganmu. Bukan tanggung jawab dan tugas mereka untuk mengupayakan resolusi atau masuk ke dalam dialog denganmu atau mengambil tindakan tertentu berkaitan dengan itu. Namun sudah jadi tanggung jawabmu, sebagai seorang pelaku kekerasan, untuk menghormati kebutuhan dan keinginan mereka.

3. Belajarlah Mendengar

Penting sekali bagimu untuk membuka telinga dan hati kepada penyintas. Ini kemungkinan besar akan sulit, karena orang-orang cenderung defensif dan menutup diri ketika mereka dituduh melakukan kesalahan. Sangat sedikit orang di dunia ini yang mau dicap sebagai “perusak citra baik kelompok”. Agar dapat mendengar, kamu mesti terus mengecek rasa defensif dan kecenderungan reaksionermu. Saran-saran ini dapat membantumu: A) Biarkan penyintas mengarahkan dialog. Jika mereka ingin kamu menjawab pertanyaan, jawablah; namun jika

tidak, biarkan mereka yang bicara. B) Sadari jika kamu mulai merumuskan jawaban dan sanggahan di kepalamu ketika penyintas mengungkapkan cerita dari sudut pandang mereka, dan berusahalah berhenti. C) Pusatkan perhatianmu pada cerita versi mereka dan simpan dulu ingatanmu tentang apa yang terjadi sampai mereka selesai bicara. D) Renungkan keseluruhan dari apa yang penyintas ungkapkan dan bukan hanya perbedaan sudut pandang ceritamu dan penyintas. E) Bicarakan dengan temanmu bagaimana kamu dapat mendengar dengan lebih baik sebelum memasuki mediasi/konfrontasi.

4. Bersabarlah

Terkadang suatu masalah butuh waktu untuk diselesaikan. Kadang butuh waktu berbulan-bulan, bertahun-tahun, berpuluh-puluh tahun untuk sebuah resolusi, dan kadang tidak ada penyelesaian masalah yang jelas. Namun, tak ada linimasa untuk sebuah resolusi, jika martabat seorang manusia sedang dipertaruhkan. Bersabarlah dan jangan pernah berupaya untuk memaksakan sebuah resolusi, proses, atau dialog. Kamu mungkin meminta diadakan sebuah dialog atau mediasi, tapi jawabannya adalah ‘tidak’, sampai penyintas berkata ‘ya’. Jangan sampai kamu melanggar batasan penyintas dengan terus-terusan meminta dialog atau mediasi. Anteng saja, renungkan, dan pikirkan tentang dinamika kuasa dalam relasi-relasimu dengan orang lainnya.

5. Jangan Pernah Menyalahkan Penyintas

Penyintas tak ingin mengalami kekerasan atau pelecehan. Bagaimanapun caranya berpakaian, atau karena dia di bawah pengaruh alkohol atau obat-obatan, atau karena dia seorang pekerja seks, atau karena dia memilih bercumbu denganmu, atau karena dia mau diajak main ke tempatmu, atau karena dengar-dengar dia suka BDSM*, atau karena dia suka "menggoda", atau dia adalah "perempuan murahan". Itu semua tidak berarti dia layak dilecehkan atau mendapat kekerasan. Mengabaikan respon penyintas karena kamu menganggapnya "hipersensitif" terhadap perilaku kekerasanmu, adalah hal yang tidak dapat diterima. Menyebut penyintas "melebih-lebihkan" kekerasan karena dia seorang feminis/pejuang queer/aktifis/punk/"bajingan PC**"/dll, adalah hal yang tidak dapat diterima. Menuduh penyintas mengarang-ngarang cerita karena dia punya sejarah kekerasan atau omong kosong lainnya, adalah hal yang tidak dapat diterima. Membuat alasan agar penyintas disalahkan karena tindakanmu yang menyakitkan adalah cara menghindar dari tanggung jawab akibat perilaku brengsekmu. Mereka mengeksposmu sebagai pengecut.

6. Bicaralah untuk Dirimu Sendiri Saja

Kamu hanya dapat memahami pengalamanmu; ingat, hanya pengalamanmu saja. Jangan beranggapan bahwa kamu sebagai seorang pelaku bisa merasakan apa yang dialami penyintas saat situasi tersebut. Orang-orang berjalan di jalan-jalan yang sama setiap harinya dan mereka punya pengalaman yang sangat berbeda-beda. Inilah fakta sederhana kehidupan. Pengalaman berbeda

lainnya misalnya; tiap-tiap orang yang berjalan di jalan yang sama ada yang punya privilese (hak istimewa) dalam hidupnya, ada juga yang mengalami penindasan. Kamu tidak mungkin tahu bagaimana perasaan seseorang di waktu tertentu, jadi jangan pernah menganggap kamu punya hak untuk menghakimi validitas mereka. Jika mereka mengungkapkan perasaan mereka, pertama dan paling penting adalah kamu harus mendengarkannya. Sangat penting bagimu secara aktif berusaha memahami perasaan mereka. Jika ternyata kamu tidak dapat memahami perasaan mereka, tidak peduli seberapa tulus kamu mencobanya, tetap saja kamu tidak punya hak menilai validitas (pengalaman) mereka.

7. Jangan Lakukan Perilaku yang Membungkam Penyintas *(Silencing Behaviour)*

Dengan menceritakan "versi cerita"mu, kamu bisa menciptakan suasana yang membungkam penyintas. Jika kamu merasa ada perbedaan besar antara ceritamu dengan ceritanya tentang situasi yang terjadi, dan kamu merasa tuduhan terhadapmu salah, tarik napaslah dulu dalam-dalam. Seiring waktu kamu mungkin akan menyadari bahwa, ya, sebenarnya kamu melakukan kekerasan. Adalah tanggung jawabmu untuk terus menerus menantang gagasan tentang bagaimana perilakumu mempengaruhi orang lain; dan untuk menantang pemahamanmu tentang bagaimana kamu menguasai orang lain dalam relasi-relasimu. Bacalah buku, ikuti program rehabilitasi untuk pelaku kekerasan/penyerang seksual, carilah terapis, dan temukan caramu sendiri untuk menantang diri sendiri dan konsepsi tentang bagaimana perilakumu mempengaruhi orang lain.

Pahamilah, jika kamu berusaha membungkam penyintas dengan mempromosikan cerita versimu sebagai "kebenaran", kamu juga akan membungkam orang lain. Orang-orang jadi takut mengungkapkan cerita mereka dan takut mengkonfrontasi kekerasan, karena perilakuMU telah membungkam mereka. Jika kamu berkomitmen menciptakan dunia di mana orang-orang bebas bicara tentang perlakuan salah yang mereka alami, kamu mestinya menghindari berfokus tentang "tuduhan bohong" penyintas tentangmu, dan kamu tidak akan berkoar-koar tentang prasangka dan teorimu tentang "motif" penyintas. Salah satu contoh yang aku ingat adalah bagaimana seorang pemerkosa/penyerang seksual membagikan daftar 40 poin bantahan di sebuah acara untuk menyangkal cerita dari tiga perempuan penyintas. Selebaran itu terus mengungkit tentang perbedaan cerita antara perempuan-perempuan itu dengan "kebenaran sesungguhnya". Ini adalah salah satu contoh terang-terangan dari perilaku membungkam penyintas; meski begitu, perilaku tersebut juga dapat dilakukan dengan cara yang jauh lebih halus.

Perilaku pembungkaman penyintas adalah perilaku APAPUN yang berusaha menyalahkan penyintas karena pelaku kekerasan memberikan keterangan yang salah/misinformasi. Perilaku apapun yang berusaha menjadikan pelaku menjadi korban, yang dengan sangat cepat mempertanyakan karakter dan kapasitas seorang penyintas. Seringkali perilaku semacam ini menimbulkan serangan balik pada penyintas baik secara eksplisit (ancaman, pelecehan, kekerasan) maupun implisit (diinterogasi atau ditanyai terus-menerus, perilaku yang tidak mendukung seperti: "Aku tidak ingin terlibat dalam

hal ini" atau "Aku mendengar banyak cerita yang berbeda"). Pembungkaman penyintas menciptakan suasana di mana orang-orang takut sehingga tidak mengungkap kekerasan dan pelakunya, inilah suasana di mana pelecehan dan kekerasan berkembang.

Namun, ini bukan berarti kamu tidak boleh bicara tentang pengalamanmu terhadap situasi yang berbeda dengan penyintas. Ini hanya berarti bahwa kamu bertanggungjawab untuk melakukannya dengan cara yang penuh hormat dan tidak mendiamkan pelecehan yang terjadi. Kamu mungkin merasa perlu menghubungkan pengalamanmu dengan sahabat-sahabat atau teman kerja yang dekat denganmu, dan dengan orang-orang mendekatimu, tetapi seperti yang sudah kukatakan, bicaralah untuk dirimu sendiri. Jangan menyelingi pengalaman penyintas dengan cerita versimu untuk menggambarkan inkonsistensi yang kamu rasakan. Jangan terus-terusan bicara tentang cara yang penyintas mestinya lakukan ketika dia mengungkap kekerasan yang kamu lakukan. Jangan mengungkit kekurangan penyintas dalam relasi percintaan dan pertemanan. Tidak usah mengandaikan dirimu layaknya korban "perburuan penyihir" atau "kontra intelijen". Jangan menyatakan bahwa penyintas berbohong; dan jika pengalamanmu berbeda dengannya, pastikan dengan jernih bahwa pengalamanmu terhadap situasi tersebut memang hanya dirasakan olehmu saja. Biarkan apa yang kamu katakan terbatas hanya pada ingatanmu. Jika kamu merasa butuh curhat, temukan orang yang tepat untuk dicurhati yang berasal dari luar lingkar sosial atau komunitasmu saat ini (jika kamu merasa sangat sulit, kamu bisa coba mencari terapis yang bersedia bekerja denganmu, sebaiknya temukan

terapis dengan analisis yang radikal atau feminis); atau seseorang yang berada di luar lingkar sosial/komunitasmu (yang sudah kamu ketahui dengan pasti bahwa dia tidak pernah menjadi korban kekerasan). Jika kamu benar-benar yakin kamu dituduh secara tidak benar; karaktermu yang akan berbicara untuk dirimu, dan bukannya dirimu yang berbicara untuk karaktermu.

8. Jangan Bersembunyi di Balik Teman-temanmu

Seringnya orang-orang yang paling lantang membela pelaku kekerasan bukanlah pelaku sendiri, melainkan teman-teman, kamerad, dan kekasih mereka. “Tapi dia adalah seseorang/aktifis/seniman yang sangat baik” atau “Dia berkontribusi begitu banyak terhadap komunitas/skena” atau “Sosoknya yang aku kenal tak mungkin melakukan hal seperti itu” adalah beberapa reaksi defensif yang umum ditemukan di antara banyak orang. Jika kamu merasa orang-orang berusaha memisahkanmu dari kekerasan yang kamu lakukan, atau tidak mempertanyakan tindakanmu...bilang pada mereka hal seperti itu tidak dapat diterima. Kamu butuh mendengar kritik dan amarah dari penyintas dan teman-temannya. Seperti halnya kamu harus menghentikan orang-orang ikut mendiamkan kekerasan. Bilang pada mereka jika mereka benar-benar peduli padamu, ketimbang membela karaktermu dan bereaksi terhadap tuduhan-tuduhan (yang kamu dapatkan), mereka harus membantumu memeriksa dirimu dan mencari tahu cara mengubah perilaku yang dominatif.

9. Merespon Permintaan Penyintas dan Komunitas

Bertanggungjawab atas tindakan berbahaya yang kita lakukan adalah bagian integral dari proses pemulihan. Kamu harus merespon permintaan penyintas dan komunitas tidak hanya untuk pemulihan mereka, namun juga pemulihan dirimu sendiri. Jika penyintas/komunitas ingin kamu ditangguhkan dari proyek/aktifitas tertentu atau mereka ingin kamu ikut program rehabilitasi bagi pelaku kekerasan seksual atau mereka ingin kamu membuat laporan dari buku yang berisi cara mengakhiri perkosaan dan kekerasan atau mereka ingin kamu melakukan apapun dalam ranah yang masih memungkinkan, jangan membantahnya...Beri apa yang mereka minta. Kamu mesti menunjukkan pada penyintas dan komunitas bahwa kamu bertindak dengan niat baik dan kamu siap mengatasi masalah kekerasanmu, atau setidaknya kamu bersedia dengan tulus memeriksa kemungkinan bahwa kamu berperilaku kasar. Kamu harus menunjukkan pada penyintas dan komunitas bahwa kamu menghargai otonomi mereka dan kemampuan mereka membuat keputusan yang memenuhi kebutuhan dan keinginan mereka sendiri terhadap rasa aman, pemulihan, dan penghapusan penindasan. Sekali lagi, jika kamu ingin hidup di dunia yang bebas dari kekerasan, perkosaan, dan penindasan, kamu akan mendukung otonomi penyintas dan kemampuan komunitas dalam mengelola keputusannya sendiri, bahkan meskipun kamu merasa tuduhan yang dilayangkan padamu itu salah. Jangan terlibat perilaku membungkam penyintas dengan menyerang permintaan dan proses penyintas dan komunitas. Itu hal yang biasa dilakukan pelaku dan para pendukungnya; mengaburkan isu agar mereka lepas dari tuduhan.

10. Bertanggungjawablah....Stop Lakukan Kekerasan dan Perkosaan Sebelum Itu Terjadi

Butuh banyak keberanian dan pengetahuan-diri untuk mengakui bahwa kamu telah menyakiti orang lain, bahwa kamu merendahkan martabat dan harga diri mereka, atau kamu menguasai orang lain dengan parah. Dibutuhkan ketulusan yang tinggi untuk menyatakan permintaan maaf tanpa berharap pujian atau pamrih. Namun, inilah yang dibutuhkan untuk mulai mengatasi kecenderungan kekerasan atau perilaku kasar kita. Mengetahui bahwa kamu telah berbuat salah pada seseorang tapi mengingkarinya, sama dengan melanggengkan hirarki. Ini lebih dari sekedar terlibat di dalamnya, tetapi secara aktif mendukungnya. Butuh kejujuran, introspeksi diri yang tekun, dan kasih sayang untuk mulai mengatasi kecenderungan kekerasan kita. Setelah kamu mampu mengakui bahwa kamu punya masalah dengan (kadang atau selalu) perilakumu yang melecehkan orang lain, kamu bisa mulai mempelajari bagaimana dan kenapa kamu melakukannya. Kamu bisa mempelajari tanda-tanda peringatan dini bahwa kamu kembali ke pola-pola (kekerasan) lama, dan kamu akan lebih mampu memeriksa diri sendiri.

Hidupku telah menjadi hidup yang menanggalkan pola-pola pelecehan seperti itu, belajar menolak peran pelaku dan korban kekerasan, dan ini masih jauh dari selesai. Kebiasaan buruk gampang kumat, dan seringkali mudah untuk berasumsi bahwa kita tidak menggunakan kuasa terhadap orang lain. Kita harus terus menerus

mempertanyakan asumsi ini, sama seperti halnya setiap asumsi harus kita pertanyakan, agar tidak menjadi dogma. Sangat penting bagi kita untuk belajar meminta persetujuan dari pasangan(-pasangan) seksual kita. Sangat penting bagi kita untuk belajar mengenali kekerasan agresif dan kekerasan pasif agresif dalam berbagai manifestasi emosional, ekonomi, fisik, dan seksual; dan kita menghentikannya sebelum itu berkembang ke level yang lebih parah dan berbahaya. Kita perlu segera menyadari keberadaannya pada diri orang lain; juga pada diri kita sendiri. Proses ini adalah proses menghapus penindasan; menolak posisi sebagai penindas dan tertindas. Ini adalah jalan menuju kebebasan, dan jalan yang terbentuk hanya dengan menjalaninya. Akankah kamu mengambil langkah pertama?

Catatan kaki:

*BDSM = ragam kegiatan seksual yang bervariasi dimulai dari bermain peran *(roleplaying)*, dominansi dan submisif, pengendalian, hukuman dan perilaku seksual lainnya yang; sering disebut '*play time*'. Meliputi praktik *bondage and discipline* (perbudakan dan disiplin), *dominance and submission* (dominansi dan penyerahan diri), dan *sadism and masochism* (sadisme dan masokisme/menyenangi rasa sakit). Banyak miskonsepsi yang menganggap bahwa BDSM adalah bentuk kekerasan seksual. Faktanya, BDSM dilakukan berdasarkan persetujuan/kesepakatan dan komunikasi serta aturan yang jelas dari kedua pihak, dan bertujuan memberi kesenangan dan kepuasan seksual bagi kedua pihak. Sehingga BUKAN merupakan tindak kekerasan seksual (dilansir dari *Her Campus*).

**PC = singkatan dari "*politically correct*"; seseorang dengan sikap PC percaya bahwa bahasa dan tindakan yang dapat menyinggung sekelompok orang tertentu—terutama terkait ras dan jenis kelamin—harus dihindari (dilansir dari *Cambridge Dictionary*).